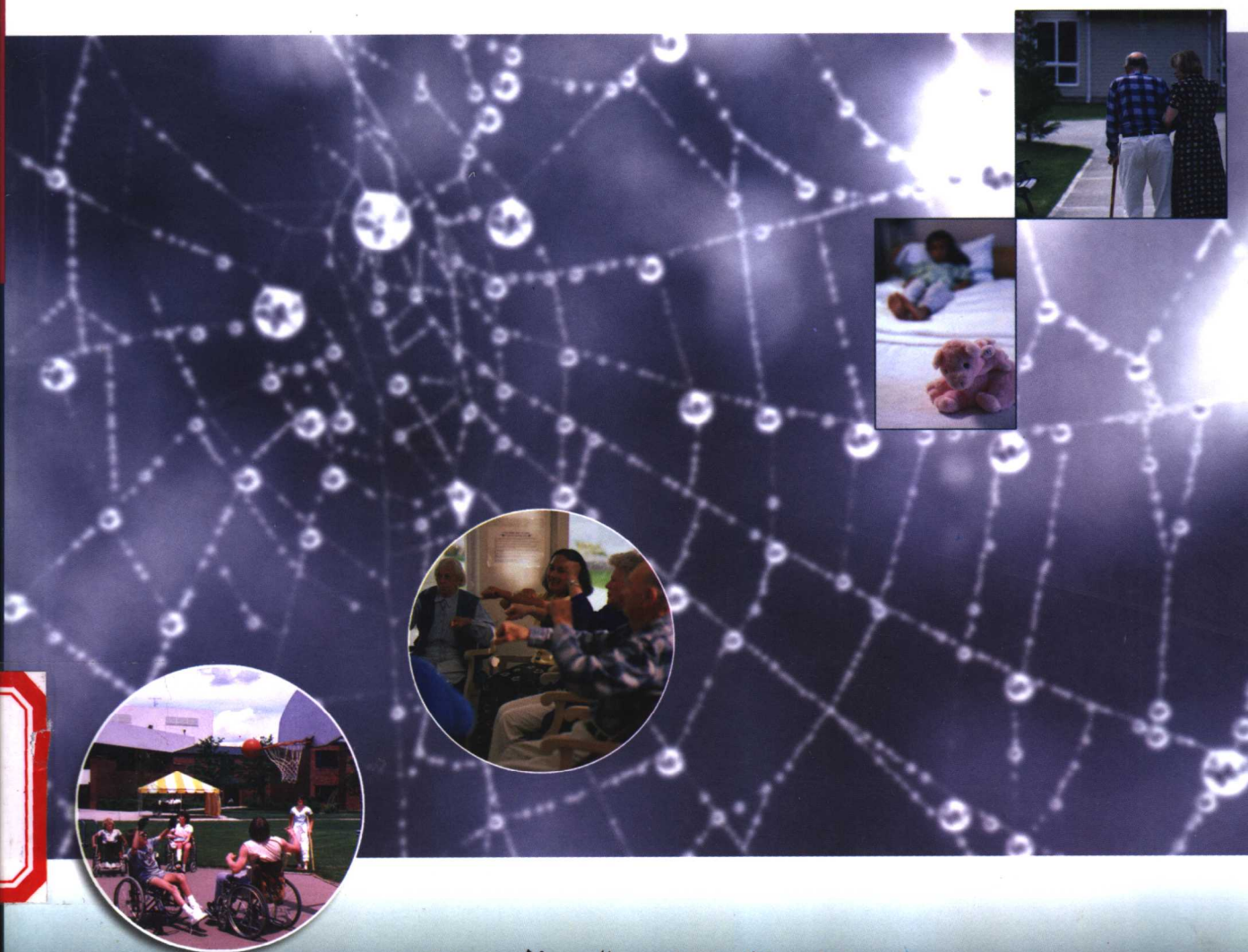


国家级继续医学教育项目用书

社区医学心理学

马文元 主编



科学出版社

www.sciencep.com

国家级继续医学教育项目用书

社区医学心理学

马文元 主编

科学出版社

北京

内 容 简 介

本书是在吸取了医学心理学、社会医学、全科医学等研究成果的基础上,并结合数年教授社区卫生工作人员心理学的教学经验编写而成的。全书共 17 章,介绍了社区医学心理学的基本概念、基本观点及其研究方法,系统阐述了心理学的基本理论、心身疾病的社区调试、社区心理卫生与健康干预、社区康复与心理评估、社区卫生服务及其心理效应等内容。本书涉及面广,内容丰富,实用性强,可供全科医护人员及社区卫生管理人员使用,也是高等医学院校在全科医学教育中进行社区医学心理学教学的理想教材。

图书在版编目(CIP)数据

社区医学心理学/马文元主编. —北京:科学出版社,2003.8

(国家级继续医学教育项目用书)

ISBN 7-03-011792-1

I. 社… II. 马… III. 社区医学-医学心理学 IV. R395.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 057883 号

责任编辑:黄 敏 曲衍立/责任校对:包志虹

责任印制:刘士平/封面设计:卢秋红

版权所有,违者必究;未经本社许可,数字图书馆不得使用

科 学 出 版 社 出 版

北京东黄城根北街16号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

双青印刷厂印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2003年8月第 一 版 开本:787×1092 1/16

2003年8月第一次印刷 印张:21 1/2

印数:1—3 000 字数:525 000

定价:35.00 元

(如有印装质量问题,我社负责调换<双青>)

《社区医学心理学》编者名单

主 编 马文元

副主编 阿山江 郝寻杰 宫福清 王有权

编 者 (按姓氏笔画排序)

马文元 王有权 王文成 王洪伟

王晓风 天一 方立 吕军

汤建禾 阿山江 初炜 李贞玉

杨万波 杨玲玲 杨宏爱 张英强

张建华 郝寻杰 赵常艳 侯玉凡

宫福清 姜兰姝 郭滨 徐秋敏

阎桂琴

前 言

社区医学是20世纪初发展起来的一门以社区为实施单位,强调不同社区自主性需求,并认识到社区在公共卫生服务中的重要作用后而发展起来的新兴学科,有人称为社区卫生。后经数十年的发展,与流行病学、社会医学、预防医学、临床医学等学科相结合,形成了一门以社区人群的健康与疾病为研究对象的医学学科,在20世纪60年代,英国将其称之为社区医学。现在全球不少国家已经将社区医学看成是一种重要的基层卫生服务形式,并成为医学教育的热点,同时全科医学(家庭医学)与基层医疗、社区医疗等要素的结合,形成了一门整合生物医学、行为医学、社会医学等学科领域新的成果与经验的交叉学科,即全科医学。社区医学、基层医疗与全科/家庭医学的这种交叉重叠发展,为我们国家实施以社区卫生服务形式的基层医疗保健奠定了坚实的基础。

中共中央、国务院在《关于卫生改革与发展的决定》中指出:要加快发展全科医学,大力培养全科医生。同时,在有关社区卫生发展政策规划中强调,要建立和完善社区基层卫生服务机构,并且在落实有关社区卫生服务要求等方面都作了详尽的规定。由于卫生医疗保健措施的落实,社区卫生服务机构的发展和完善、居民的健康水平和卫生服务利用需求度都有了明显的提高,为全面落实“人人享有健康”的战略目标创造了条件。

在全科医生的培养教育和社区卫生人员的继续教育中,我们认识到对社区基层卫生服务人员进行全面心理卫生知识教育的重要性和迫切性。在社区卫生服务中,医务人员认识到必须全面掌握和理解有关社区范围、社会经济发展、社会文化、自然环境、生活事件等对社区人群的重要影响。社区卫生人员必须很好地掌握和运用相关的心理卫生知识和技能,干预社区人口中发生的心理问题。同时,在开展社区卫生防治过程中,积极开展社区心理干预和支持,完善社区心理支持网络,全面关心人的健康成长,积极主动适应现代社会的发展需要。

《社区医学心理学》吸取了医学心理学、社会医学、全科医学、社区医学等研究成果。编写人员结合数年教授社区卫生工作人员心理学的经验,力求将本书编写成适合高等医学全科医学教育、适应社区卫生人员自学和培训需要的适用性社区医学心理学教材。

本书在编写中得到了有关领导及专家的指导和帮助,特别是中国残联全科医学中心吴春容博士的大力指导和支持,并在本书编写大纲、内容取舍和素材

提供等方面给予无私的帮助。同时,在编写中查阅了一大批相关社区医学、全科医学、心理学及医学心理学等资料和教材,在此一并表示诚挚的谢意!

社区医学心理学学科的建立,是需要长期的理论准备和实践积累的。同时,开展社区全科医学服务在我国也是刚刚开始的事业,无论从理论上、实践经验上都需要大家共同努力探索和不断提高。希望在开展社区卫生心理健康服务中,本书能够起到抛砖引玉的作用,希望得到专家、广大同道和社区卫生人员的关怀、支持、批评和指正,共同为我国社区基层卫生工作和社区医学的发展做出积极贡献。

马文元

2003年5月于大连付家庄

目 录

第一章 绪论	1
第一节 社区医学心理学概述	1
第二节 社区医学心理学的基本观点、任务与意义	3
第三节 社区医学心理学的研究方法	6
第二章 心理学的基本理论	8
第一节 心理学及其相关学科发展	8
第二节 心理学基本知识	10
第三章 心理诊断与心理测验	20
第一节 心理诊断	20
第二节 心理测验	23
第四章 心理咨询	37
第一节 心理咨询概述	37
第二节 心理咨询的范围和对象	40
第三节 心理咨询的原则和特点	44
第四节 心理咨询程序和方式	46
第五节 心理咨询的理论	50
第六节 心理咨询的技巧	51
第七节 社区医生素质培养	53
第八节 心理咨询的误区和效果评价	55
第五章 心理社会因素与疾病	57
第一节 心理、社会因素对人健康的影响	57
第二节 心理中介对人健康与疾病的调节作用	61
第三节 紧张刺激与调节	62
第四节 情绪状态与调节	66
第五节 自我意识与心理控制	69
第六章 社区心理治疗	75
第一节 心理治疗概述	75
第二节 心理治疗的分类和适应证	79
第三节 心理治疗的原则、过程和评价	81
第四节 心理治疗常用方法	85
第七章 社区家庭及婚姻治疗	112
第一节 家庭医学及其发展	112
第二节 家庭角色及功能	113

第三节 社区家庭心理咨询	120
第四节 家庭心理治疗	124
第五节 婚姻疗法	139
第八章 心身疾病的社区调适	149
第一节 心身疾病概述	149
第二节 心身疾病的发病机制和诊断标准	152
第三节 心身疾病的治疗原则	154
第四节 心身疾病的范围和预防	155
第五节 各科常见的心身疾病	157
第九章 疼痛及药物的心理问题	167
第一节 疼痛的心理问题	167
第二节 药物的心理效应	174
第十章 心理障碍的诊断与治疗	180
第一节 有关心理障碍的诊断分类标准介绍	180
第二节 心理障碍诊断与临床检验问题	187
第三节 心理测量在心理障碍诊断中的应用	189
第四节 社区心理治疗中的常用药物	194
第十一章 变态心理及其防治	200
第一节 变态心理概述	200
第二节 常见异常心理活动	205
第三节 人格障碍	213
第四节 性心理障碍	216
第五节 神经症	220
第六节 病态心理的治疗调节	226
第七节 成瘾行为与癖好	234
第十二章 社区心理卫生与健康干预	241
第一节 社区心理卫生教育	241
第二节 社区心理卫生服务特性	243
第三节 心理卫生的标准及工作范围	244
第四节 各年龄期及不同职业的心理卫生要求	248
第十三章 社区康复与心理评估	256
第一节 社区康复的工作范围	256
第二节 社区康复的心理评估	258
第十四章 病人角色与病人心理	262
第一节 健康与疾病概念	262
第二节 病人角色及行为	263
第三节 病人心理	267
第四节 不同疾病病人的心理	272

第五节 不同年龄病人的心理·····	276
第六节 临终病人的心理·····	277
第七节 临终关怀与死亡教育·····	278
第十五章 医患关系及其影响 ·····	282
第一节 医患关系概述·····	282
第二节 影响医患关系的因素·····	287
第三节 医生角色及心理问题·····	289
第十六章 社区医学与社区心理卫生干预 ·····	295
第一节 社区医学与社区卫生服务概述 ·····	295
第二节 社区卫生服务实施·····	299
第三节 社区卫生服务的基本原则和务实·····	301
第四节 社区心理卫生干预 ·····	307
第五节 社区心理卫生干预的目的和范围·····	310
第六节 社区心理卫生干预的内容·····	314
第十七章 社区卫生服务及其心理效应 ·····	317
第一节 建立社区卫生服务支持体系·····	317
第二节 建立社会卫生服务支持体系·····	319
第三节 社会综合支持的心理效应·····	323
附录 ·····	326
附录 1 症状自评量表(SCL-90)·····	326
附录 2 生活事件量表(LES) ·····	329

第一章 绪 论

第一节 社区医学心理学概述

一、社区医学心理学的基本概念

社区医学心理学是社区医学与心理学、医学心理学相互交叉综合形成的一门新兴应用学科。它是将心理学、医学心理学的理论知识和实验技术应用于社区卫生服务领域,是研究心理社会因素在社区人群心身健康及疾病的发生发展、诊断、治疗、护理、预防、康复中相互作用的关系,以及维护社区人群心身健康的科学。

由于社区医学及社区卫生服务模式的发展,需要向工作在社区卫生服务第一线的全科医生、社区卫生技术人员进行有关社区医学心理学等相关心理学知识的教育,以提高社区卫生人员对社区范围内人群健康与疾病心理社会问题的认识,充分认识社区环境、社区组织、社区经济文化以及社区卫生服务对维护社区居民心身健康与疾病防治的重要意义。社区卫生工作人员要站在“大卫生”观念的基础上,在生物-心理-社会医学模式观念的指导下,认识现代社区发展变化对个体的影响,更好地掌握社区卫生服务技能,正确分析判断社区人口健康与疾病的心理社会因素间的关系,积极研究解决社区发展中人口的适应和评估问题。通过整合社区卫生资源,研究社区文化环境、社区人际关系、社区各种因素对人口健康的影响,调动社区人口的积极性、主动性,积极应对各种挑战,进而达到预防、治疗和康复的社会卫生目标。

二、社区医学与社区卫生服务的发展

社区卫生服务和全科医学的发展是我国新近几年开展的新的卫生服务模式。它研究在社区范围内人群的心理健康与疾病的心理社会问题,实现有中国特色的社区全科医学卫生服务,就必须认真学习心理学、医学心理学和社区医学心理学等有关知识,把人口放在社区环境范围内研究人的成长、发育,研究社区人口的社会化过程中,在家庭及居住的社区环境条件的影响下所发生的心理社会问题及健康与疾病等的关系,通过社区综合医学卫生服务,从而提高社区居民的健康水平。

随着社会经济的发展,人们生活范围的变化,以社区为中心的活动将越来越多,社会组织、社区环境、社区卫生服务、社区支持等都将对生活在社区的居民和工作在社区的人们产生重要的影响。为了搞好社区卫生服务,维护社区人口的健康,工作在社区的全科医生不仅要掌握好全科医学知识,也要学习好社区卫生服务知识,通过学习社区医学心理学,把心理

学、医学心理学知识更好地应用于社区医疗卫生服务中。

我国实施社区医疗卫生保健体制,是一个对防病及对身心进行卫生保健服务的综合设想,是一项重大的医疗卫生工作变革,也是一种对传统医疗体制的挑战。社区卫生工作的原则是推动防病、治病和全社会的共同参与,以解决社区居民对健康的各种需求,加强社区资源的管理和利用,提高群众的健康水平。我国社区卫生工作刚刚开始,其长远战略将从健康与疾病过程多发生在家庭或住所周围这一原则出发,改变传统那种纵向集中型医疗模式,向先进的、医院外社区家庭上门式的预防和社会性的医疗卫生服务模式转变,将住院的机会留给那些更需要的病人,让更多的病人能在家庭中得到及时的卫生服务。这种社区形式的卫生服务对病人无疑是有好处的。它能使人少受精神创伤,节约开支,充分利用卫生资源,对个人、家庭、国家都是一种经济、实用的好办法。

社区医学和社区卫生服务形式已经成为我国实现“人人享有健康”的重要服务模式。社区医学、全科医学、社区卫生服务等不但有重要的理论意义,对解决全国人口的健康问题有更重要的现实意义。为了搞好社区卫生服务,提高社区人口的健康水平,社区医疗卫生服务人员必须掌握好心理卫生知识,了解社区人口的心理变化与健康、疾病的关系,从而更好地解决为社区人口服务的问题。这对进一步发展和完善社区卫生服务理论和实践,推动社区卫生服务的发展,会有积极的促进作用。

三、医学模式转变与社区医学心理学

医学模式是指在一定时期内,人们对疾病和健康的总体认识观点和本质特点的概括,并成为医学发展的主导思想体系。也就是说,医学模式是一种哲学观点在医学中的反映。医学模式规定着医学教育、医学研究和医学临床治疗工作者的思维方式、方法,从而影响着医学科学技术的发展方向。

早在古代,由于生产力水平低下,科学技术还未发展,对人的生命、对疾病与健康的认识还不深刻。人们对健康和疾病的理解是超自然的神灵现象,相信“万物有灵”,“形神合一,天地相应”,认为人类的生命和健康是上帝和神灵的主宰,因此,用祈求神灵和巫医来治疗疾病。在我国古代医籍中有关“天人相应”、“阴阳五行”、“治病先治人”、“一是语言,二是药物”等治疗观点,对当今医学发展仍有重要意义。古代神灵主义和自然哲学观点形成了古代自然医学模式,成为早期人们对健康和疾病的主要观念。虽然在今天已经没有多大意义,但在一些落后文化群体中,仍可看到它的影响。

文艺复兴后,随着实验医学的发展,人们对生命和疾病的认识更深刻了,生理学、微生物学、细胞学、病理学等学科的发展,提高了人们对疾病的认识,推动了生物医学的发展,并形成了生物医学模式。生物医学模式观点认为:疾病可以用偏离正常的生物学变量来解释,认为每一种疾病都有一种特殊的生物原因致病和有相应的治疗方法。生物医学模式把人的心理、社会方面因素忽视了,只是把疾病看成是独立于心理、社会之外的实体,重视用偏离正常的可测量的变化的量来解释。这种观点虽然对医学的发展曾经起过重要的作用,并且今天仍然起着重要作用,但确有明显的缺陷和消极影响。因为,这种生物医学模式观点违背了对人体整体性和社会性特点的认识,脱离对人整体的分析,脱离社会生活来看待人,显然是不

全面和不科学的。

随着医学科学技术的发展和疾病防治手段的进步,疾病谱和死因谱都发生了很大的变化,人们逐渐认识到,生活方式、行为、心理、社会和环境因素对健康与疾病有重要影响。因此,人们提出了生物、心理、社会医学模式观点来看待健康和疾病。站在新医学模式面前,人们要用系统论、整体论观点来认识人的健康和疾病问题。这就需要在对人疾病的诊断、治疗、康复、预防中把人看成是一个整体,用系统论的观点来分析人的心理社会因素与健康与疾病的关系,综合考察心理、社区、社会、自然环境、人际关系、经济生活、生活方式等多方面的影响和交互作用。人们因此把心理学、医学与社区医学和社区卫生服务等联系起来,有力地推动了社区医学心理学的发展和完善。

我国正处在生物医学模式向生物-心理-社会医学模式的转变时期,我国医疗体制的改革也在向社区卫生服务模式方向的发展中,以病人为中心,开展个人、家庭、社区卫生服务的形式,这是我国医疗卫生服务的正确方向。社区卫生服务人员必须树立起新医学模式观念,全身心地为社区人口服务,为提高社区居民的健康水平做出贡献。我们可以相信,中国人自己的社区家庭全科医生时代在 21 世纪将成为现实。

第二节 社区医学心理学的基本观点、任务与意义

一、社区医学心理学的基本观点

社区医学心理学是心理学的一个分支,与医学心理学有密切的关系。社区医学心理学是站在社区卫生服务的角度,研究社区范围内人群的心理健康与疾病的关系问题。因此,其基本的理论观点是与心理学、医学心理学理论体系相一致的。我们在学习和研究心理学、医学心理学有关理论、方法和应用研究成果的基础上,结合社区卫生服务的发展趋势,提出有关社区医学心理学的理论体系框架,其主要的基本观点可以概括如下:

(一) 强调人的心身整体统一

在社区卫生服务中,社区全科医生必须树立系统论观念,把社区人口放在家庭、社区、社会的大系统中,把个体看成一个整体,来研究其身心健康与疾病问题。

人的个体完整性应该体现在生理、心理两个部分的统一和谐发展,也就是心、身两个部分的相互影响、和谐统一。在外界环境的影响下,个体的心身作为一个整体反应,保持在一个动态的、平衡的、稳定的状态中。这种心身的整体适度反应是健康个体的心身和谐统一,良好适度的反应是个体心理、生理健康的表现。

(二) 重视社区、社会对个体发展的影响

人是一个自然人,又是一个社会人。但是,每个人都生活在某一特定的家庭、社区和社会环境之内,生活在不同人群和繁杂的人际关系网中。如果把社会看成是一个大系统,把社区看成是一个次级系统,把组织、单位、家庭等看成是更下一级的子系统,人们就生活在这种复杂的社会、社区、家庭的系统结构之中。各系统间的相互作用和影响,必将对生活在其中的个体社会化发展产生重要的影响。

(三) 积极认知和自我评估

社会心理因素是客观存在的,这些因素也是复杂多变的。但是,社会心理因素是否对人的健康产生影响,甚至导致发生疾病并影响疾病的发展和康复转归,是受许多因素影响的。一方面取决于社会心理因素的性质和对个体的意义和作用,同时也取决于个体对社会、心理因素等外界刺激的认识态度和对这些刺激的评估。同一社会心理刺激,有时对此个体影响巨大,甚或导致疾病;可对彼个体却无影响。这就是不同个体对社会心理刺激影响的不同认知和评估的结果。因此,在社区卫生服务中,了解个体对健康和疾病的认知和评估态度,对心身健康的维护、疾病的防治和康复有重要意义。

(四) 积极主动适应与调节

在个体的社会化发展过程中,逐渐形成个体的个性性格特征,产生个体稳定的行为方式和反应模式,构成个体的相对稳定的个性特点,使其在与外界交往中保持着自己独特个性的动态心理平稳。这种动态心理平衡是需要个体对外界变化着的环境能主动适应和主动调节,使个体在任何情况下都能与外界环境保持相对的和谐统一。如果个体失去对外界环境变化的主动适应和调节能力,必然会造成对心身健康的影响。因此,在社区医疗卫生宣传教育服务中,要全方位地提高社区居民的心理适应能力,主动适应和积极调节与外界环境平衡的能力是当代人心理健康的重要体现。

(五) 树立“大卫生”观念

个体生活在家庭、社区、社会的大环境之中,个体的生理心理健康水平必然受到家庭、社区、社会环境的影响。当今人们已经认识到,健康不仅是个人的问题,也是人类的共同问题。个体的健康必须放在全球人类健康的大背景下来考量。在全球信息化、一体化的新形势下,必须重视全球环境条件下各方面因素对个体的影响,而个体的心理状态也必然会影响整个人类的健康发展,没有“大卫生”观念,是达不到卫生目标的。

如果人们能把这五个方面的观点贯彻到社区医学心理学等医学学科各个领域,用以指导社区医学心理学和社区卫生服务的发展,那么社区卫生服务必将有一个新的飞跃。

二、社区医学心理学的基本任务

社区医学心理学是研究社区范围内人群的健康与疾病的心理社会问题,研究社区环境、社区组织、社区服务、社区文化教育、社区经济发展、社区医疗卫生服务等因素对社区人群心理健康与疾病的影响,从而搞好社区卫生服务,促进社区各方面的发展。社区医学心理学就是通过调节和改善社区人口的心理卫生健康水平和心理调适能力,通过社区环境条件的改善,提高社区医疗卫生服务能力,最终提高社区人群的心身健康水平。

社区医学心理学的主要任务有以下几项:

(一) 积极开展社区人口规划性的心理卫生教育

积极开展社区人口规划性的心理卫生教育是指对社区所有人口分别地或全面地进行心理卫生健康教育,以维护人的心理健康,如预防某些疾病、心理卫生教育、性知识教育等,以及提高居民的心理适应能力和应对能力等。

(二) 适时进行顺延性社区心理干预

适时进行顺延性社区心理干预是指在需要的时候,对全社区人口进行有关心理卫生教育,以缓解其心理压力,维护人群心理健康。如在肝炎或 SARS 流行时,对居民进行心理卫生教育,以减缓家庭或社区人口对此疾病的恐惧。

(三) 对社区中特殊人群的重点心理干预

社区中不同的群体有不同的心理矛盾冲突,不同的家庭环境条件会产生不同的心理困惑。社区中种种应激都容易造成某些人的心理问题,需要进行及时的心理疏导教育,提高其心理适应水平。

(四) 积极开展心理咨询和心理治疗

随着社区经济发展,生活节奏加快,人际关系的复杂性增强,人们的心理压力也日益增加,往往产生许多心理矛盾或困惑,需要通过心理咨询和心理治疗来解决。

社区医生要正确认识居民心理问题的重要性和积极解决的迫切性,要通过平常的心理卫生宣传教育和心理咨询服务,开展相关的心理卫生知识宣传教育工作,以提高社区人口的心理卫生水平和心理承受能力。对已经有心理疾病的人群,更需要积极开展心理治疗。在治疗中要采取适当的方式、方法,或深入社区家庭,或开展家庭集体治疗,或开展社区一定范围的治疗等。多种多样的社区心理治疗形式,要适合社区特点和居民需要,治疗方法要灵活,方式要恰当。这样,许多心理问题就会得到及时解决,对提高人们的心理卫生健康水平、维护社会安定都有积极意义。

(五) 对社区内人群全方位的心理支持

社区医生除了对疾病的治疗控制外,重要的是需要对所有居民进行全方位的心理卫生支持。社区医生要调动社区可动用资源和可动员潜力,对居民实施全面的帮助和支持,其中对居民的心理支持、帮助尤为重要和有意义。当今社会变革十分激烈,在诸如老人、下岗、升学、就业、婚姻、子女以及司法、保险、医疗和情感等方面,都可能产生许多问题。社区中全方位的支持就是要求医生能在需要的时候,采用积极的心理卫生干预和支持,体现出人们之间的关怀和友爱。这对于人们正确面对人生、鼓起生活的风帆、投入到火热的社会活动中有重要的意义。

三、学习社区医学心理学的意义

众所周知,防治疾病、维护健康、提高人口的健康水平,既是医学的任务,又是心理学的目标,也是社区医学和社区卫生服务的目标。在漫长的医学科学发展道路上,我们可以看到医学与心理学相互促进、共同发展,产生了诸如医学心理学、护理心理学、肿瘤心理学、外科心理学、健康心理学、美容心理学等分支学科,社区医学心理学也正是在这种形势下产生的新兴学科。

生理学、医学和社会医学的发展,为心理学、医学心理学、社区医学心理学奠定了理论基础。心理学和医学的研究技术和方法,为社区医学心理学的研究提供了方法和条件,这就极大地拓宽了心理学在医学新学科领域的发展空间和积极作用,对社区卫生服务的发展,对保

护社区人口的健康水平,都将产生重要影响。

社区医学心理学是社区医学与心理学、医学心理学相互交叉融合产生的新兴学科。社区医学心理学与医学心理学有许多相似之处,但社区医学心理学有突出的社区特点,是把人的健康与疾病问题放在社区环境条件下来研究社区居民的健康与疾病的关系。随着社区全科医学的发展,社区医学和社区卫生服务形式的完善,社区医学心理学将会有新的发展。

第三节 社区医学心理学的研究方法

一、观察法

观察法是一种最基本的研究方法,在其他一些研究方法中也有许多观察的部分。观察法是指在完全自然或不加控制的条件下,对人的可观察行为进行观察和记录。可观察到的行为是指机体的外显行为或反应。人的思想活动、认识和情感是不能直接观察到的,而是依靠被观察者的主观自我观察和自我报告来完成的。其优点是简便、易行,可得到许多基本的较真实的资料;其缺点是对个体内心活动难于准确评定,有时观察也有许多主观性、片面性和偶然性。

在社区家庭治疗中,医生可采取深入社区家庭,直接同家庭成员会面,以观察其行为变化的方法,从中探寻出存在问题,为心理治疗奠定基础。

观察法有自然观察法、现场观察法、临床观察法和实验室观察法等。

二、实验法

实验法是在受控的条件下,观察、测量、记录个体行为的一种研究方法,是研究中利用最广、效果较好的一种方法,在实验室及临床中广泛使用。这一方法的主要特点是在有控制的条件下,实验者可系统操纵或改变几个变量(实验量或自变量),观察、测量和记录对它们其他变量(因变量)的影响。在心理学领域中常用的方法有实验室实验法、自然实验法、临床实验法等。

三、调查法

调查方法是借助会见晤谈或调查问卷,了解一组人的态度、意向和行为的一种研究方法。调查可以是面对面的,还可以让被调查人间接地接受调查,回答问卷。

调查的问卷需要事先设计好,必要时需要进行信度与效度的检验;对调查员要进行训练;明确对调查资料的分析方法。

在社区家庭治疗中,深入居民家中调查了解情况,掌握有关患者的问题所在,能获取很多有价值的资料,对掌握患者的态度意向有重要帮助。

四、测 验 法

测验法是利用相关的心理测验来测量和评定个体的能力、态度、性格、成就、情绪状态等心理方面表现的一种研究和诊断方法。调查时要事先选择好相关的心理测验量表。通过对所测量的心理测验量表的分析,来探寻被测验者的心理问题。选择量表要恰当,分析要规范,要注意个体差异。

五、个 案 法

个案法是对某种现象的特别的深入研究,这种特例往往是针对某一个有心理障碍的个体的研究,可以对其深入调查、观察、测验,深入了解个人病史、成长经历、人格特征、生活方式及其变化等,以求做出相关的诊断评估。

在社区心理咨询或治疗中,个案法仍是主要的方法。只有全面了解患者心理活动情况,掌握其心理矛盾冲突,并从其成长发育中,了解其人格特征及其行为变化,才能有针对性地治疗。

第二章 心理学的基本理论

心理学在健康与疾病中的地位与作用显得日益重要。心理学促进了医学的发展,医学发展促进了心理理论研究的深入。医学心理学和社区医学心理学在维护健康和疾病诊断、治疗、预防、康复中,在提高社区卫生服务水平中,已经发挥了越来越重要的作用。在此,对心理学、医学心理学和社区医学心理学有关基本理论做一简要介绍。

第一节 心理学及其相关学科发展

一、心理学的发展

心理学是一门渊源数千年历史,但其科学发展却只有一百多年的新兴学科。心理学是研究人的心理发生、发展和变化规律的科学。它是研究人的心理活动的共同特性(心理活动)、个体差异(个性)等心理现象,研究人的个性心理倾向、个性心理特征和心理活动规律的科学。

心理学在研究心理现象对客观条件的相互依赖关系中,探讨各种心理现象在客观环境条件下发生、发展、变化的规律,研究人的心理活动特点对当前活动反应的影响,以及对人的行为活动的调节作用。

心理现象是心理活动的表现形式,一般分为心理过程和人格两个方面。心理过程是指感觉、知觉、记忆、想象、思维、情感和意志等;人格是指表现在心理过程中具有稳固特点的心理特征,如需要、动机、兴趣、能力、气质、性格等的总和。

在现实生活中,人的心理过程与人格特征相结合,就表现出极为复杂的心理活动。人的心理活动不是头脑中固有的,更不是凭空产生的,而是客观现实在人脑中的反映。

心理学有很重要的实践意义。现代心理学已经深入到社会各个领域并同许多学科发生了密切的联系,并形成众多分支学科,如医学心理学、护理心理学、社会心理学、医学社会心理学、社区医学心理学、咨询心理学、临床心理学、广告心理学等应用学科等。

二、医学心理学概述

医学心理学是心理科学在医学领域中的应用,它服务于医学的各个方面,研究医学中的心理问题,重点研究心理因素与健康的相互影响关系,研究心理因素在疾病发生、发展、变化及预防、诊断和治疗中的作用与规律;研究运用医学心理学的理论和方法、手段对疾病的发生、发展与诊断、康复和预防等心理问题进行研究和干预,以维护和促进人类的心身健康。